

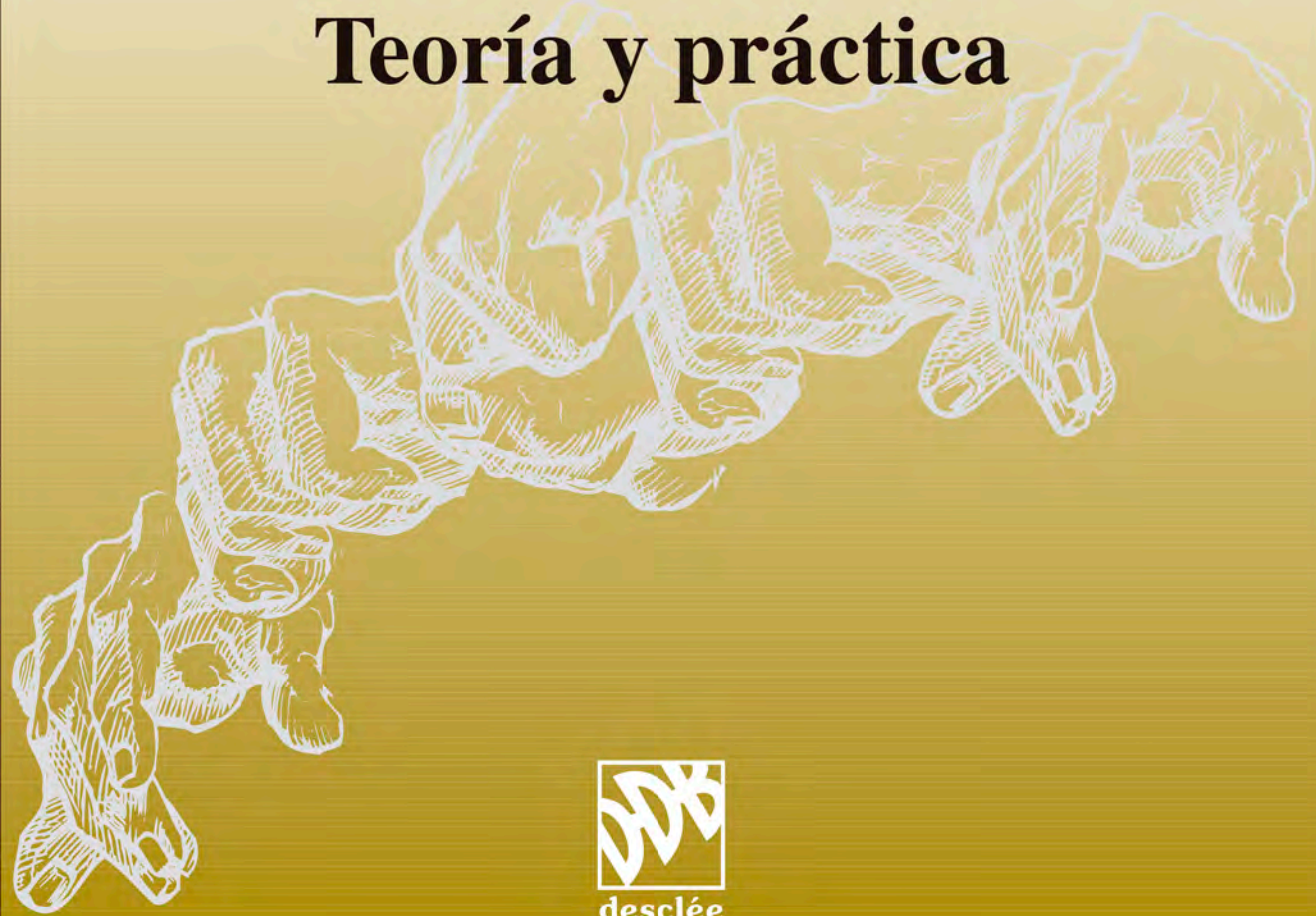


*Serendipit*

**M A I O R**

**José Agustín Ramírez**

**Psicodrama**  
**Teoría y práctica**



desclée



Agustín Ramírez

**PSICODRAMA**  
**Teoría y práctica**

Prólogo de Zerka T. Moreno



**Desclée De Brouwer**

# Índice

PRESENTACIÓN por J. A. García-Monge .....	15
PRÓLOGO por Zerka T. Moreno .....	17
INTRODUCCIÓN .....	19
QUÉ ES EL PSICODRAMA .....	21
- Origen del psicodrama .....	21
- Datos personales de J. L. Moreno .....	22
- Definición .....	23
- Dinámica .....	24
CONCEPTOS BÁSICOS DEL PSICODRAMA .....	29
- Conceptos básicos .....	29
Espontaneidad .....	29
Creatividad .....	32
Conserva cultural .....	33
La idea del momento .....	33
Rol .....	34
- Descripción o definición de rol .....	34
- Juego de roles .....	36
- Cambio de roles .....	36
Tele .....	37
Átomo Social .....	40
- Aplicación de los conceptos básicos a la terapia psicodramática .....	41
ESTRUCTURA DEL PSICODRAMA .....	45
- Calentamiento .....	45
Definición .....	45
Finalidades .....	45
- Acción .....	46
- Participación .....	55
AGENTES DINÁMICOS DEL PSICODRAMA .....	63
- El director .....	63



Funciones generales del director .....	63
- El director como productor .....	63
- El director como investigador social .....	64
- El director como teapeuta .....	65
Funciones del director psicodramático .....	65
Funciones del director en cada fase del psicodrama .....	67
- Funciones durante el calentamiento .....	67
- Funciones durante la acción .....	69
- Funciones durante la participación .....	75
- Resumen .....	77
Consideraciones al trabajar con personas y grupos determinados .....	77
- El que quiere hablar constantemente .....	78
- El que lo "sabe todo" .....	79
- El que tiene muy baja autoestima .....	79
- El que dice no tener problemas .....	79
- El perturbador de la sesión .....	80
Cualidades del director .....	81
Preparación del director .....	83
- Preparación de crecimiento y desarrollo personal .....	83
- Preparación académica .....	85
- El doble .....	85
Qué es un doble .....	85
Funciones del doble .....	87
Cómo doblar .....	88
Lugar del doble .....	93
Entrenamiento del doble .....	93
- Primera etapa de ent. del doble .....	94
- Segunda etapa de ent. del doble .....	94
- Tercera etapa de ent. del doble .....	95
- Egos auxiliares .....	97
Conceptos generales .....	97
Funciones del ego auxiliar .....	101
- Funciones específicas .....	101
Representación de la persona ausente tal como la describe el protagonista ..	102
Investigación social de la interrelación .....	104
Ser agente terapéutico .....	105
- Importancia de las funciones de los egos auxiliares .....	106
- Principales ventajas del uso de egos auxiliares en psicodrama .....	107
Cualidades de los egos auxiliares .....	108
- Integración personal .....	108
- Sensibilidad .....	108
- Intuición clínica .....	109
- Fe firme en la tendencia a la salud mental .....	109

- Valor y arrojo .....	109
- El protagonista.....	110
El protagonista como agente terapéutico .....	110
- El grupo.....	112
Influencia del grupo en las fases del psicodrama.....	113
- En el calentamiento .....	113
- En la acción.....	113
- En la participación .....	114
- El escenario.....	114
Niveles.....	114
- Nivel de la entrevista .....	114
- Nivel de la reflexión.....	114
- Nivel de la actuación.....	115
- Nivel de las relaciones trascendentales.....	115
Comentarios.....	115
<b>TÉCNICAS PSICODRAMÁTICAS .....</b>	<b>119</b>
- Introducción.....	119
Definición.....	119
Selección de técnicas.....	119
Comentarios .....	120
- Reglas.....	121
- Técnicas psicodramáticas .....	124
Técnicas útiles en el calentamiento .....	125
- Presentación de sí mismos .....	125
- Presentación no verbal.....	126
- Presentación tomando el lugar de un familiar o amigo.....	126
- Presentación de sí mismos por medio de una persona que no le quiere ....	126
- Presentación por expresiones emocionales .....	126
- Sociograma en acción.....	127
- Presentación por un miembro del grupo.....	127
- Presentación por medio de dibujos.....	128
- Esculturas .....	128
- Danzas .....	129
- Cantos.....	130
- Ejercicios bioenergéticos grupales .....	130
Técnicas de calentamiento que implican una breve acción dramática.....	131
- Personificación.....	131
- Dramatización de una historia o fábula.....	132
- Tienda mágica .....	132
- Monodrama .....	133
- Títeres.....	133
- Representación de animales .....	133



- Calentamiento por medio de dobles.....	133
Técnicas de acción.....	134
- Escenificaciones estructuradas .....	134
Actuación de situaciones bochornosas.....	135
Escenificaciones positivas.....	135
- Actuación de fantasías.....	136
Fantasías libres .....	136
Alucinaciones, ilusiones y obsesiones de pacientes mentales .....	137
Fantasías dirigidas.....	137
- Dramatización de los sueños .....	138
- Proyecciones imaginarias .....	139
- La silla vacía .....	140
- Cambio de roles .....	141
- Técnica del espejo.....	142
- Modulación de respuestas .....	143
- El soliloquio.....	143
- Apartes.....	144
- Proyección del futuro.....	144
- Dramatización de la “realidad surplus” .....	144
- Psicodrama con hipnosis.....	145
- Otras técnicas de acción.....	146
Técnicas de clausura.....	147
- Participación verbal.....	147
- Actuaciones breves.....	147
- Participación sin palabras.....	148
- Expresar sentimientos a personas ausentes.....	148
- Decir lo que se ha aprendido o descubierto .....	148
- Cantos y abrazos .....	148
ENTRENAMIENTO EN PSICODRAMA.....	151
- Etapas o niveles en el entrenamiento.....	151
Ejercitarse como ego auxiliar .....	151
- Niveles de entrenamiento como ego auxiliar.....	153
Tomar el papel de una persona conocida y apreciada.....	153
Tomar el papel de una persona conocida pero no amada ni admirada ....	153
Tomar el papel de una persona con quien sólo se ha tenido un encuentro breve .....	153
Tomar el papel de una persona desconocida de quien habla el protagonista.....	154
- Disciplinas útiles en el entrenamiento como ego auxiliar .....	154
Actuar como doble.....	156
Ser protagonista .....	158
Dirigir sesiones con supervisión .....	159

- Conocimientos académicos necesarios .....	160
Conocimiento y experiencia de dinámica de grupos .....	060
Cursos de psicología general, psicología del desarrollo humano y psicología anormal .....	160
Conocimiento y experiencia en la terapia centrada en el cliente de Carl Rogers .....	161
Bioenergética .....	161
Teoría de la comunicación verbal y no verbal .....	161
Análisis Transaccional .....	162
Conocimiento de la cultura religiosa, social y política del grupo .....	162
- Comentarios .....	162
<b>APLICACIONES DEL PSICODRAMA .....</b>	<b>165</b>
- Observaciones generales .....	165
- Psicodrama con niños de guardería y preprimaria .....	167
- Psicodrama con escolares de primaria .....	169
- Psicodrama en la escuela secundaria .....	171
- Psicodrama en el bachillerato y con universitarios .....	176
- Psicodrama con adultos y profesionales .....	181
- Psicodrama con sacerdotes, ministros y religiosos .....	194
- Psicodrama con marginados sociales .....	206
- Psicodrama en terapia matrimonial y familiar .....	209
Psicodrama con un matrimonio .....	210
Psicodrama en terapia familiar .....	212
- Psicodrama con pacientes en hospitales psiquiátricos .....	213
Psicodrama intensivo .....	214
Psicodrama semanal con psicóticos .....	218
Psicodrama dirigido por equipos entrenados por mí y con mi supervisión participante .....	221
<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>229</b>
<b>POST-DATA .....</b>	<b>233</b>
<b>GLOSARIO .....</b>	<b>237</b>
<b>BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>241</b>
<b>SIGLAS .....</b>	<b>249</b>

# Presentación

Desde hace unos quince años trato de iniciar en el Psicodrama, desde el modelo de J. L. Moreno, a los alumnos de quinto de Psicología y a los que, en el último año de Licenciatura, provienen de Pedagogía y más recientemente de Psicopedagogía. Tengo que valorar la creatividad de la Universidad que incluye en su curriculum esta bocanada de aire fresco proveniente de la vida profesional y se preocupa de dotar de sensibilidad y herramientas de ayuda a los alumnos que se van a encontrar, muy pronto, con retos sociales y personales que requieren una eficaz intervención terapéutica. No es fácil esta iniciación teórico-práctica por el marco académico que facilita y, a la vez, estructura resistencias que se ponen de relieve en la actuación psicodramática, delante de compañeros motivados más por la didáctica que por necesidades de crecimiento personal y exploración psicoterapéutica de su átomo social.

Hace ya tiempo comprobé que la lectura estudiosa de las obras de Moreno, al menos las más conocidas en España, resultaba difícil y árida, con conceptos que el autor expone en profundidad pero que no son fáciles de asimilar. Se hacía necesario, además de las explicaciones en clase, disponer de una bibliografía que hiciera de puente entre la genial intuición moreniana y la realización práctica del psicodrama.

No faltan buenos libros en español provenientes de excelentes escuelas de formación de ego auxiliares y psicodramatistas. Por citar algunos más recientes, además del resumen clarísimo de **A. Guijarro** (1979), en *Integración emocional y psicología humanista*, Marova, Madrid, que han aparecido, a raíz del Primer Congreso Iberoamericano de Psicodrama, Salamanca 1997, y cuya lectura debo a la amistad de los autores: **Población, P.** (1997) *Teoría y práctica del juego en psicoterapia*, Fundamentos, Madrid, y **López Barberá, E.** y **Población, P.** (1997) *La escultura y otras técnicas psicodramáticas aplicadas en psicoterapia*, Paidós, Barcelona.

La obra que presento de **José Agustín Ramírez** tiene el sabor del vino añejo y la calidad que le dan sus largos años de maduración.

En realidad no necesitaría presentación un libro que viene avalado por el propio Moreno y su esposa Zerka, con la acreditación de discípulo cercano, abierto, por una parte, al pueblo oprimido por conflictos psicosociales y, por otra, a modelos de actuación psicoterapéutica que pueden ayudarle en el mejor manejo de esos conflictos internos y externos.





Se trata de un magnífico libro **puente** entre la teoría y la práctica del psicodrama. Sabiamente entremezcladas, su lectura es fácil y amena.

Es cierto que el psicodrama es un arte y dirigirlo adecuadamente tiene que ver con la creatividad del psicodramatista que, además de otros roles, es, ante todo, un psicoterapeuta. El camino hacia ese "arte" pasa por el conocimiento integrado de técnicas que exigen un aprendizaje y una interiorización de "modelos" operativos. Este camino didáctico supone unas actitudes personales que el psicodramatista debe configurar en sí mismo, en su vida, y en sus sistemas relaciones. A todo esto ayuda Ramírez con una fluida sencillez que transparenta al autor en sus páginas.

Tal vez el secreto de esa empatía que rezuma el libro esté en la larga formación que el autor recibió, además de con Moreno en Beacon, de la mano o el corazón de Carl Rogers en La Jolla. La ampliación de las técnicas psicodramáticas, que Ramírez hace en dirección a la Bioenergética, y otros psicodramatistas, conectando, de una manera coherente y eficaz, con otros modelos psicoterapéuticos (como Pablo Población y Elisa López Barberá, Teodoro Herranz, Pablo Álvarez, etc.), enriquece la teoría y fecunda la práctica. Yo mismo he ensayado, me parece que con un modesto éxito, la ampliación del *Ensueño Dirigido* de Robert Desoille, con técnicas psicodramáticas, integrando el calentamiento individual con el consiguiente psicodrama.

En un mundo cultural, social y económicamente agobiante, con biografías plagadas de heridas no cicatrizadas, crear un espacio "protegido" y a la vez abierto a la sabiduría del cuerpo y del corazón, como lo hace el psicodrama bien dirigido, me parece un tesoro terapéutico, para el cual el libro de Ramírez motiva e impulsa.

Integrar, ante la hegemonía de las terapias verbales, la experiencia corporal y el símbolo, es un camino de crecimiento personal. De escuchar lo que el paciente (o el protagonista) dice a captar lo que comunica, hay niveles de espontaneidad que se ascienden, como en el teatro moreniano y que pasan por la acción, el movimiento, hacia un ensanchamiento de la consciencia y sus recursos terapéuticos. Acercar la palabra a la experiencia siempre ha sido tarea del psicoterapeuta; ayudarse, en esta difícil tarea, con el psicodrama, requiere el conocimiento de diversos registros personales, relacionales, que presuponen una sólida teoría aunada con la práctica, como el libro de Ramírez nos ofrece.

Aunque nuestro mundo humano exige un profundo respeto a los sanos sistemas de creencias, no podemos olvidar la dimensión "religiosa", tal vez diría mejor "mística" de Moreno, que potencia una apertura del sujeto enseñándole a "soñar", a través de la acción, en encuentros personales que pueden trascender la empatía y acercarse a la misteriosa fuente del Amor, de donde procede toda energía sanante, que pasa por el protagonista como tendencia actualizadora sembrada en lo más profundo del ser. Este importante aspecto de Moreno también lo recoge, con profunda convicción, el autor que presentamos y recomendamos.

Gracias, José Agustín, por tu fecunda y liberadora obra y persona.

*José A. García-Monge  
Profesor de Técnicas Psicodramáticas  
Universidad Pontificia Comillas, Madrid.*

# Prólogo

Aunque Jacob L. Moreno nació en Rumanía, su familia del lado paterno hablaba ladino, un dialecto del español de los judíos sefarditas. Sus antepasados eran españoles, por lo que sus sentimientos personales respecto a España y su admiración por su gente, su literatura y su cultura, brotaba de su corazón. Este calor se reavivaba en su corazón siempre que se ponía en contacto con amigos y colegas de España y de América Latina.

En sus viajes por España cayó en la cuenta de los elementos psicodramáticos de algunos poetas españoles, especialmente de Miguel de Cervantes en *Don Quijote* y de Calderón de la Barca en *La vida es sueño*. El uso que estos escritores hacen de la fantasía que Moreno llamaba *realidad surplus*, lo identificaba con ellos por ser esta dimensión muy familiar a Moreno, tanto en su persona como en su experiencia con pacientes.

Moreno hizo su primer viaje de trabajo a España en 1958 y volvió en 1966 para asistir al Segundo Congreso Intencional de Psicodrama que tuvo lugar en Barcelona. En 1968 estuvo de nuevo en esta ciudad para recibir un Doctorado Honoris Causa de la Universidad de Barcelona. En esta ocasión presenta en español una ponencia titulada *La paz universal en nuestro tiempo*; para esto se prepara tomando lecciones de pronunciación en español.

En 1969 Moreno toma parte en el Tercer Congreso Internacional de Psicodrama celebrado en Argentina. Desde entonces, se ha visto una creciente literatura sobre psicodrama, tanto en español como en portugués, estimulada y creada por el círculo cada vez mayor de psicodramatistas en América Latina.

El libro del doctor Ramírez tiene la finalidad de hacer accesibles a los lectores de habla hispana los muchos aspectos de la práctica psicodramática que Moreno inició y enseñó personalmente al doctor Ramírez y a muchos otros.

Zerka Toeman Moreno